



The Commonwealth of Massachusetts
 Executive Office of Health and Human Services
 Department of Public Health
 William A. Hinton State Laboratory Institute
 305 South Street, Jamaica Plain, MA 02130

DEVAL L. PATRICK
 GOVERNOR
 JOHN W. POLANOWICZ
 SECRETARY
 CHERYL BARTLETT, RN
 COMMISSIONER

Bureau of Infectious Disease
 Tel.: (617) 983-6550
 Fax: (617) 983-6925
www.mass.gov/dph

**Información sobre el Ébola para
 personas en cuarentena domiciliaria**

Usted ha sido identificado como persona en riesgo de contraer el Ébola. Esta enfermedad se propaga por contacto directo (a través de lesiones en la piel o las membranas mucosas) con sangre o líquidos corporales (orina, saliva, heces, vómitos, sudor, semen y leche materna) de una persona enferma con Ébola, o por contacto con objetos punzantes (como agujas y jeringas) contaminados con tales líquidos. Usted ha sido puesto en cuarentena para limitar la posible propagación de la enfermedad en caso de que la contraiga. Cuarentena significa separar del resto de la gente a las personas que están bien, pero han estado expuestas a una enfermedad que puede contagiarse de una persona a otra. Usted tendrá que permanecer en cuarentena durante 21 días a partir de la última vez que estuvo expuesto a la enfermedad, como se describe anteriormente. Su consejo local de salud o el Departamento de Salud Pública de Massachusetts le informará cuándo terminará su cuarentena. Si tiene preguntas mientras esté en cuarentena, llame a:

1. Su profesional de la salud
 Nombre: _____
 Teléfono: _____ O
2. Su consejo local de salud (ciudad o pueblo)
 (Ciudad o pueblo) _____
 Persona de contacto: _____
 Teléfono: _____ O
3. Departamento de Salud Pública de Massachusetts
 Epidemiólogo de turno
 Teléfono: (617) 983-6800 (los 7 días de la semana, las 24 horas del día)

Durante la cuarentena, usted no debe recibir visitas en su casa. Las otras personas que viven en su hogar pueden continuar sus actividades habituales siempre que no estén también en cuarentena.

Mientras usted esté en cuarentena, debe hacer lo siguiente:

1. Tomarse la temperatura por la mañana y por la noche y anotarla. Estar consciente de su estado general de salud y estar alerta a la aparición de fiebre, dolor de cabeza o garganta, tos, náuseas, vómitos, diarrea o malestar general (debilidad o molestias). Si empieza a tener cualquiera de estos síntomas, llame inmediatamente a su consejo local de salud o al Departamento de Salud Pública de Massachusetts a los números de teléfono que aparecen al otro lado de esta página.
2. Lávese las manos bien y con frecuencia. Láveselas con agua y jabón o, si no tiene suciedad visible en las manos, con un desinfectante a base de alcohol.
3. Cúbrase la boca y la nariz al toser y estornudar y tire los pañuelos de papel en un recipiente para basura recubierto.
4. No comparta cubiertos ni vasos. Lave los cubiertos de la manera habitual, en un lavaplatos o a mano con agua tibia y jabón.
5. No salga de su casa, salvo para recibir atención médica. Si tiene que ir al consultorio de su médico o al hospital, llame antes para informarles que a usted se le considera como contacto de un caso de Ébola y que está en cuarentena domiciliaria, para que puedan tomar medidas a fin de evitar la propagación de la infección.
6. Aunque no presente síntomas, tal vez pueda contagiar la infección, por lo que no debe tener contacto directo con otras personas. Los líquidos corporales pueden diseminar la infección, así que asegúrese de que nadie más tenga contacto con sus líquidos y secreciones corporales. De ser posible, use una mascarilla (por ejemplo, una máscara quirúrgica); esto podría evitar la exposición.

Aunque no se puede infectar a otra persona si no se tienen síntomas de Ébola, de ser posible, tome las siguientes precauciones:

1. Limite el contacto cercano con otros miembros de su hogar.
2. Si puede, use un dormitorio y un baño separado.
3. No comparta toallas, sábanas ni mantas con otros miembros de su hogar.

Las otras personas que viven en su casa deben:

1. Ser conscientes de su salud, ya que podrían haber estado expuestos sin darse cuenta. Deben observar si tienen fiebre, dolor de cabeza o garganta, tos, náuseas, vómitos, diarrea o malestar general. Si tienen cualquiera de estos síntomas, deben llamar a su contacto en el consejo local de salud o el Departamento de Salud Pública de Massachusetts a los números de teléfono que aparecen al otro lado de esta página. Si van al consultorio de su médico o al hospital, deben llamar antes e informarles que son un contacto de una persona en cuarentena por exposición al virus del Ébola, para que puedan tomar medidas a fin de prevenir la propagación de la infección.
2. Continuar sus actividades habituales fuera del hogar, siempre y cuando no tengan ninguno de los síntomas descritos anteriormente (ver punto 1).
3. Lavarse las manos bien y con frecuencia. Lavarse las manos con agua y jabón o, si no tienen suciedad visible en las manos, con un desinfectante a base de alcohol.

Control general de infecciones:

1. Los guantes, pañuelos de papel, mascarillas y otros desechos de la persona en cuarentena deben ponerse en una bolsa cerrada con el resto de la basura de la casa.
2. La ropa de la persona en cuarentena puede lavarse en una máquina de lavar ropa común con agua caliente y detergente. Se puede usar blanqueador (“bleach”), pero no es necesario. No sacuda la ropa sucia y evite el contacto de ésta con su ropa o su piel (por ejemplo, use guantes de limpieza).
3. Las superficies que la persona en cuarentena toque o que se ensucien con sus líquidos corporales (saliva, esputo, moco, orina, heces o vómitos) deben limpiarse y desinfectarse con un desinfectante para el hogar siguiendo las instrucciones de la etiqueta. Al limpiar, se deben usar guantes de limpieza.

El baño que use la persona en cuarentena debe limpiarse todos los días con un desinfectante para el hogar siguiendo las instrucciones de la etiqueta. Al limpiar el baño, se deben usar guantes de limpieza.

Si tiene necesidades especiales o no cuenta con familiares o amigos que puedan ayudarlo (por ejemplo, con las compras o los mandados), su consejo local de salud o el Departamento de Salud Pública de Massachusetts (ver información de contacto en la primera página) colaborarán con usted para identificarlas y satisfacerlas.